

Italienisches

Lasagne Bolognese

Zutaten

für 4 Portionen

für die Sojamischung 200 g Sojagranulat 11 Gemüsebrühe

für die Bolognese

1 Karotte

1 Zwiebel

2 Knoblauchzehen

3 EL Olivenöl

125 ml Rotwein

600 g gestückelte Tomaten

(aus der Dose)

5 EL Tomatenmark

Sojamischung

Thymian

Salz

Pfeffer

Zucker

für die Béchamelsoße

75 g Butter

2 Zwiebeln

60 g Mehl

500 ml Gemüsebrühe

500 ml Milch

100 g Gouda (gerieben)

Muskat

außerdem

250 g Lasagneplatten

100 g Gouda (gerieben)

Zubereitung

Sojamischung

Sojagranulat etwa 20 Minuten in der heißen Gemüsebrühe quellen lassen, anschließend abgießen und gut ausdrücken.

Bolognese

Karotte, Zwiebel und Knoblauch sehr fein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Karotte, Zwiebel und Knoblauch anbraten, bis es glasig ist. Die Sojamischung dazugeben und etwas anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen, anschließend mit Rotwein ablöschen und verdampfen lassen. Die gestückelten Tomaten und das Tomatenmark in die Pfanne geben und etwa zehn Minuten köcheln lassen. Thymian unterrrühren und die Soße mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.

Béchamelsoße

Butter in einem Topf erhitzen und die gehackten Zwiebeln und das Mehl darin unter Rühren andünsten. Nach und nach Brühe und Milch in kleinen Portionen zugießen. Zwischendurch mit einem Schneebesen kräftig rühren, damit keine Klümpchen bleiben, die Soße aufkochen lassen. Den geriebenen Gouda dazugeben und in der Soße schmelzen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Etwas Béchamelsoße auf den Boden einer Auflaufform streichen, eine Schicht Lasagneplatten darauf geben. Darauf eine Schicht Bolognese geben, mit Lasagneplatten bedecken. So weiter machen, bis die Zutaten verbraucht sind. Mit einer dicken Schicht Béchamelsoße abschließen, damit die Lasagneplatten Feuchtigkeit zum Garen haben. Den geriebenen Gouda über die Lasagne geben. Im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad etwa 60 Minuten backen.

Brennwert: 4.345 kJ, 1.038 kcal · Zeit: 13/4 Stunden

2 von 2 Lasagne Bolognese